

ABSTRAK

Dismenore sering terjadi pada sebagian besar remaja dan tidak sedikit dari mereka yang mendapatkan menstruasi disertai keluhan berupa dismenore yang mengakibatkan rasa ketidaknyamanan serta berdampak terhadap gangguan aktivitas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas penanganan dismenore terhadap derajat dismenore pada siswi SMA Mujahidin Surabaya.

Desain penelitian observasional analitik pendekatan *cross sectional*, populasi siswi kelas X dan XI yang mengalami dismenore sebesar 20 siswi. Sampel dalam populasi ini adalah siswi kelas X dan XI SMA Mujahidin Surabaya yang mengalami dismenore. Besar sampel adalah 20 responden. Teknik *sampling* adalah total *sampling*. Variabel independen penanganan dismenore dan variabel dependen derajat dismenor. Instrumen penelitian dengan kuesioner NRS (*Numerik Rating Scale*), analisa data menggunakan uji *Wilcoxon signed rank test* dengan $< 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan dari 20 responden, pada sebagian kecil (25%) responden mengalami dismenore pada skala 5 sebelum melakukan penanganan dismenore dan pada hampir setengahnya (30%) responden merasakan dismenore pada skala 3 setelah melakukan penanganan dismenore. Hasil uji *Wilcoxon signed rank test* didapatkan $= 0,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak, berarti penanganan dismenore efektif terhadap penurunan derajat dismenore pada siswi SMA Mujahidin Surabaya.

Penanganan dismenore secara farmakologis yang paling efektif dalam menurunkan derajat dismenore. Perawat diharapkan dapat memberikan pendidikan kesehatan tentang penanganan dismenore secara farmakologis dan non farmakologis.

Kata kunci : Penanganan Dismenore, Derajat Dismenore